

NSCコース2020年～2021年計画

- 日程：2020年9月9日～2021年6月23日 20～21講座
開催曜日は水曜日。但し、2020年10月（八木農園、北区出雲路農園）及び
12月（東山三条）は、土曜日開催。
- 会場：基本はハートピア京都。外部講座は、八木、北区出雲路、京都府立図書館、東
山三条。（2020年9月9日、23日はハートピア予約できず他会場予定）
- 名称：NSCから和製名称に変更予定。（健生で募集？）
- 内容：①フレイルとは？ テーマ：フレイルとは何か？ 栄養（食・口腔）、運動、
社会参加（農園、図書館、東山三条街再生）
講師：府立医大教授、京都華頂大学教授、歯科医、他
②認知症のリスクを考える テーマ：動脈硬化と認知機能低下から考える生活
習慣病 他
講師：府立医大教授、小菅さん
③人生100年心構え テーマ：災害1・2、遺品整理、美しく歳を重ねる、
加齢を華麗にする、社会保障、地域包括、紙芝居 他
講師：関根先生、山野学園佐藤教授、小野山社労士
小川地域包括長谷さん、國松さん？ 他
※2020年3月休講のため、紙芝居の中田さん、口腔ケアの舟木歯科医を
2021年に変更
- 受講者予定数：25名～30名
- 受講料：33000円（1000円値上げ）